

## Μάρκου: «Θέλω ένα νέο Παγκύπριο ρεκόρ - Έμαθα την αναπηρία και έκανα νέα όνειρα»

[Παναγιώτα Χαλκιά](#) πριν 23 ώρες  
 Θεσσαλονίκη: Σήμερα η εισαγγελική πρόταση για τη δολοφονία του...  
 πριν 9 λεπτά

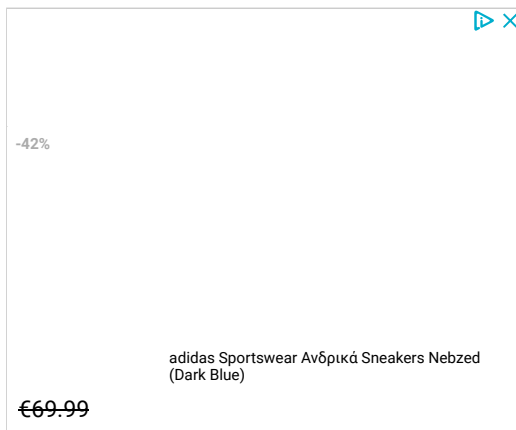


Νέα θανατηφόρα παράσυρση πεζού - Νεκρός 44χρονος...  
 πριν 21 λεπτά

Δυσχερήςστημένη κελάτισσα πέταξε χειροβομβίδα σε...  
 πριν 33 λεπτά



Είναι μια δυναμική γυναίκα που δε φοβάται τις προκλήσεις και γνωρίζει καλά πως να φέρνει τα πάνω κάτω και να ξεπερνά κάθε εμπόδιο για να πετύχει το στόχο της. Ένα ατύχημα μόλις στα 16 της χρόνια δημιούργησε νέα δεδομένα στη ζωή της. Πήρε το χρόνο της και με ένα ζεστό χαμόγελο έκανε αναπροσαρμογή των ονείρων της και έγινε ένα παράδειγμα για όσους λένε «δεν μπορώ».



Η Μαρία Μάρκου είναι Παραολυμπιονίκης της άρσης βαρών στον πάγκο, κατάφερε να κάνει το όνειρο της πραγματικότητα και προσπαθεί να γίνει πηγή έμπνευσης και να αποδείξει στα άτομα με αναπηρία ότι είναι ισότιμα μέλη της κοινωνίας.

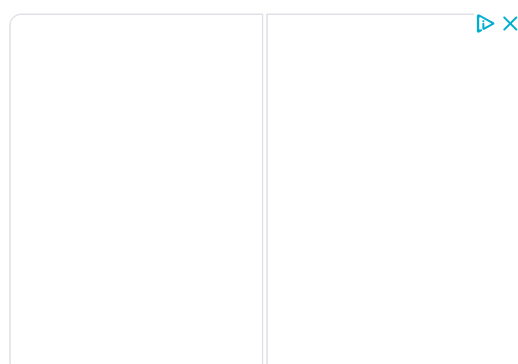
Η 30χρονη αθλήτρια μίλησε στο Metrosport.gr για τα χρυσά μετάλλια στο Παγκόσμιο της Τιφλίδας, τη συμμετοχή στους Παραολυμπιακούς Αγώνες στο Τόκιο και τους επόμενους στόχους της. Ξετύλιξε το κουβάρι της πορείας της μέχρι σήμερα, τις σκέψεις που έκανε μετά το ατύχημα βλέποντας τη ζωή της να αλλάζει και εξήγησε το πώς άρχισε και πάλι από την αρχή πάνω σε δύο ρόδες.

Επιπλέον, αναφέρθηκε στο ρόλο της ως πρώτη αθλήτρια στην άρση βαρών σε πάγκο στην Κύπρο, στον Έλληνα προπονητή της, τη στάση της οικογένειάς της και τα πρότυπα της, τον Πύρρο Δήμα και την Μέρλιν Μονρόε. Τέλος, έθιξε το θέμα της καθημερινότητας και της πρόσβασης των ατόμων με αναπηρία τονίζοντας ότι υπάρχουν ακόμη περιθώρια βελτίωσης.



## «Στόχος ένα νέο Παγκύπριο ρεκόρ»

Κατέκτησες το χρυσό μετάλλιο πρόσφατα στο Παγκόσμιο. Πώς βίωσες την εμπειρία και ποια τα συναισθήματα σου;



Public.gr για Online Ay  
Public

«Τον Απρίλιο συμμετείχα στο Παγκόσμιο Κύπελλο στην Τιφλίδα σε μια άλλη κατηγορία, εκείνη των 61 κιλών. Κατάφερα να πάρω την πρώτη θέση στο σύνολο και να κάνω την καλύτερη επίδοση στην κατηγορία. Κατέκτησα τα πρώτα μου χρυσά μετάλλια. Δεν μπορώ να περιγράψω το πώς αισθάνθηκα εκείνη την στιγμή. Όταν βλέπεις τη σημαία της χώρας σου να κυματίζει ψηλότερα από τις άλλες είναι ένα μοναδικό συναίσθημα. Ένιωσα τρομερά περήφανη».

**Ποιος είναι ο επόμενος στόχος σου;**

«Ο επόμενος μου στόχος είναι τον προσεχή Αύγουστο να συμμετέχω στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα που θα γίνει στο Ντουμπάι. Ευελπιστώ εκεί να καταφέρω να κάνω μια καλύτερη επίδοση σε σύγκριση με εκείνη που έκανα στη Γεωργία και ένα νέο Παγκύπριο ρεκόρ. Έχω ξαναβρεθεί εκεί και είναι μοναδική εμπειρία».

**Άλλαξες πρόσφατα κατηγορία. Ήταν κάτι που σε δυσκόλεψε;**

«Στο δικό μας άθλημα όλες οι αναπηρίες είναι μαζί. Οι κατηγοριοποιήσεις είναι ανάλογα με τα κιλά μας. Άλλαξα κατηγορία και από αυτή των 67 κιλών, πήγα σε εκείνη των 61. Στην αρχή ήταν δύσκολο γιατί έπρεπε να χάσω αρκετά κιλά. Όμως με την βοήθεια του διατροφολόγου, της αθλητικής ψυχολόγου και του προπονητή μου, τα καταφέραμε. Ήταν μια μεγάλη αλλαγή για εμένα, αλλά μας βγήκε και μάλιστα, κατάφερα να πάρω τα πρώτα μου χρυσά μετάλλια».

**Πώς άρχισε το ταξίδι σου στον αθλητισμό;**

«Από την ηλικία των τεσσάρων ετών θυμάμαι τον εαυτό μου να αθλείται. Με πήγαν οι γονείς μου στη σχολή ενόργανης γυμναστικής και παράλληλα, από την ηλικία των επτά ετών ασχολήθηκα και με τον στίβο. Είναι σα μικρόβιο, το κόλλησα και είμαι χαρούμενη για αυτό. Ήμουν ενεργή αθλήτρια και στα δύο ταυτόχρονα μέχρι τα 16 μου, όπου είχα ένα τροχαίο ατύχημα. Έπειτα, ασχολήθηκα με τον παρααθλητισμό και με αθλήματα εντελώς διαφορετικά από αυτά που έκανα. Ξεκίνησα παίζοντας μπάσκετ με αμαξίδιο και έπειτα, έκανα κολύμβηση. Εκείνη την περίοδο μου έγινε μια πρόταση να δοκιμάσω το άθλημα της άρσης βαρών σε πάγκο. Το αγάπησα και συνεχίζω μέχρι και σήμερα».

**Γιατί επέλεξες ένα ατομικό άθλημα;**

«Στο ατομικό άθλημα ο προγραμματισμός, οι στόχοι και οι επιτυχίες ή οι αποτυχίες είναι αποτέλεσμα μόνο της δικής σου προσπάθειας. Στα ομαδικά αθλήματα είναι θέμα της ομάδας. Αν οι παίκτες δεν συντονιστούν σωστά, χάνεται κάπου η μπάλα».

**Πώς διαχειρίζεται ένα μη επιθυμητό αποτέλεσμα και πόσο σε επηρεάζει;**

«Είναι αρκετά δύσκολο να διαχειριστείς τέτοιες καταστάσεις. Όταν ένας αθλητής φτάσει σε ένα υψηλό επίπεδο και έρθει ένα αποτέλεσμα που δεν επιθυμεί, είναι εξαιρετικά δύσκολο να το διαχειριστεί. Όταν μου συμβαίνει, προσπαθώ να μην απογοητεύομαι, να βλέπω τα λάθη μου, να μαθαίνω από αυτά και να τα βελτιώνω. Εξάλλου, δεν μπορούμε να είμαστε πάντα πρώτοι, πρέπει να μάθουμε και να χάνουμε».





## «Παιδικό όνειρο οι Παραολυμπιακοί Αγώνες - Θέλω να φέρω και άλλα άτομα στο άθλημα»

**Ξεχωρίζεις κάποιον από τους αγώνες σου; Ποια ήταν η πιο δυνατή αγωνιστική σου εμπειρία;**

«Πιστεύω ότι από τους αγώνες που έκανα μέχρι σήμερα, ξεχωρίζω την πρώτη μου συμμετοχή στους Παραολυμπιακούς. Ήταν μια ξεχωριστή εμπειρία για εμένα. Ήταν ένα παιδικό όνειρο. Κατάφερα να κάνω πράξη το όνειρο που είχα σαν παιδί και ειλικρινά δεν φανταζόμουν ποτέ ότι θα το πετύχω. Είμαι περήφανη για το κατόρθωμά αυτό. Η πιο δυνατή μου εμπειρία θα έλεγα ότι ήταν ο πρόσφατος αγώνας μου στο Παγκόσμιο Κύπελλο γιατί ήμουν πιο συγκεντρωμένη, ήξερα τι θέλει η Μαρία και είχα ένα σωστό προγραμματισμό στο μυαλό μου».

**Είσαι η πρώτη αθλήτρια της Κύπρου στην άρση βαρών στον πάγκο. Ποιο ο ρόλος της θέσης αυτής;**

«Το να είμαι η πρώτη αθλήτρια σε αυτό το άθλημα μου δημιουργεί την ανάγκη να φέρω και άλλους αθλητές σε αυτό. Το γεγονός ότι κατάφερα τόσο γρήγορα να φτάσω ψηλά και να συμμετέχω στο μεγαλύτερο αθλητικό γεγονός οφείλεται στην εσωτερική μου δύναμη, το πείσμα και την αγάπη μου για τον αθλητισμό. Θέλω αυτά να τα μεταφέρω και σε άλλους ανθρώπους για να μπορέσουν να πετύχουν τα όνειρά και τους στόχους τους είτε στο δικό μας άθλημα είτε γενικότερα στη ζωή τους».

**Βρέθηκες στους Παραολυμπιακούς Αγώνες στο Τόκιο. Ποια ήταν η αντίδραση σου όταν έμαθες ότι πήρες το εισιτήριο;**

«Την συγκεκριμένη στιγμή βρισκόμουν στο αθλητικό κέντρο Σπύρος Κυπριανού στη Λεμεσό και έκανα προπόνηση. Με πήραν τηλέφωνο από την Κυπριακή Παραολυμπιακή Εθνική Επιτροπή και με ενημέρωσαν ότι θα βρεθώ στο Τόκιο. Έβγαλα μια δυνατή φωνή και με άκουσε όλο το αθλητικό κέντρο. Συγκινήθηκα πολύ γιατί είχα καταφέρει να κάνω πράξη το παιδικό μου όνειρο».

**Πώς βίωσες και τι έμαθες από την εμπειρία αυτή;**

«Ήταν αρκετά δύσκολο να πάρω την πρόκριση γιατί έπρεπε να συμμετέχω σε κάποιους υποχρεωτικούς αγώνες, όπου τα προηγούμενα χρόνια δεν είχα πάρει μέρος. Επιπλέον, είχαμε καραντίνα λόγω κορωνοϊού, παράλληλα δούλευα και δεν ήταν τόσο εύκολο να κάνω προπονήσεις. Με τη βοήθεια της οικογένειάς μου, του προπονητή και της ομοσπονδίας της άρσης βαρών κατάφερα να προπονούμε στο σπίτι. Όταν άνοιξαν οι αγώνες στο εξωτερικό, επέλεξα να συμμετέχω για να ελέγξω σε τι αγωνιστική κατάσταση βρίσκομαι. Ήταν κάτι που με βοήθησε καθώς δεν έχασα τη φόρμα μου και μετέπειτα πήρα και την πρόκριση. Συμμετείχα στη διοργάνωση, έμαθα τα καλά και τα κακά και στους επόμενους Παραολυμπιακούς Αγώνες θα είμαι πιο έτοιμη για να διεκδικήσω περισσότερα και για εμένα και για τη χώρα μου. Η εμπειρία αυτή με δίδαξε ότι όταν θέτουμε στόχους και αγαπάμε πραγματικά αυτό που θέλουμε να πετύχουμε, τότε βήμα βήμα η επιτυχία θα έρθει».



## Προτείνουμε

Θεσσαλονίκη: Σήμερα η εισαγγελική πρόταση για τη δολοφονία του...

πριν 9 λεπτά

Νέα θανατηφόρα παράσυρση πειλού - Νεκρός 44χρονος...

πριν 21 λεπτά

Δυσάρεστη με τη μελάτισσα πέταξε η τρομοβόμβα σε...

πριν 33 λεπτά

## «Οδηγός στο ταξίδι μου ο προπονητής - Εξαιρετικές οι εγκαταστάσεις σε Λεμεσό και Θεσσαλονίκη»

**Πόσες ώρες την ημέρα προπονείσαι; Τι περιλαμβάνει η προπόνηση σου;**

«Κάνω προπόνηση δύο φορές την ημέρα για περίπου τρεις ώρες. Η προπόνηση μου περιλαμβάνει ζέσταμα, λάστιχα, διατάσεις, εξάσκηση στον πάγκο και ασκήσεις που βοηθούν στην ενδυνάμωση μου. Επίσης, σημαντικό κομμάτι της προπόνησης είναι και η αποθεραπεία, η οποία γίνεται με την βοήθεια των φυσιοθεραπευτών μου».

**Πόσο σημαντικός είναι ο ρόλος του προπονητή σου (Δημήτρης Ιωαννίδης);**

«Είναι ο οδηγός σε όλο το ταξίδι. Είναι η αρχή των πάντων. Η βοήθεια του σε συνδυασμό με τους υπόλοιπους ανθρώπους που μας βοηθούν, με έχουν φτάσει σε αυτό το επίπεδο. Είναι πάντα στο πλευρό μου και με στηρίζει κάθε λεπτό, ώστε να έχω αυτοπεποίθηση, να πιστεύω στον εαυτό μου για να φτάσω στο μέγιστο των δυνατοτήτων μου».

**Ποια η σημαντικότερη συμβουλή που σου έχει δώσει;**

«Να είμαι συγκεντρωμένη, να μη βιάζομαι και να ακολουθώ τις οδηγίες του. Να προσπαθώ να βελτιώνομαι συνεχώς γιατί είναι εύκολο να ανέβεις στην κορυφή αλλά δύσκολο να διατηρηθείς. Χρειάζεται προσπάθεια, θέληση και επιμονή. Πέραν αυτών, να είμαι πιστή στις αρχές μου ως άνθρωπος, να εξελίσσομαι καθημερινά και να πιστεύω πάντοτε στον εαυτό μου».

**Πού προπονείσαι; Είσαι ικανοποιημένη από τις εγκαταστάσεις;**

«Κάνω προπονήσεις στη Λεμεσό στο Αθλητικό Κέντρο Σπύρος Κυπριανού. Είναι σε εξαιρετική κατάσταση, ο χώρος είναι εξοπλισμένος με τα κατάλληλα αθλητικά μέσα και μάλιστα, της τελευταίας τεχνολογίας. Η Ομοσπονδία με στηρίζει αρκετά και την ευχαριστώ ιδιαίτερα».

**Όταν έρχεσαι στην Ελλάδα ποιο χώρο επιλέγεις για τις προπονήσεις σου; Σε ικανοποιεί;**

«Για την προετοιμασία μου έρχομαι στη Θεσσαλονίκη και έχω επιλέξει να κάνω προπονήσεις στο Αθλητικό Κέντρο Πυλαίας. Είναι αρκετά καλές οι εγκαταστάσεις και τους ευχαριστώ που μου επιτρέπουν να αθλούμαι εκεί. Έχουν ανακαινίσει πρόσφατα το χώρο και ο αθλητής νιώθει σα να βρίσκεται στο σπίτι του. Επίσης, υπάρχει πρόσβαση σε όλους τους χώρους και οι αθλητές με αναπηρία μπορούν προπονούνται χωρίς κανένα πρόβλημα. Θα ήθελα να δώσω τις ευχαριστίες μου στο Δήμο Πυλαίας, στους προπονητές και συναθλητές μου για αυτή την ζεστή φιλοξενία».





## «Βρίσκω τον τρόπο να αντιμετωπίζω κάθε δυσκολία»

**Τι σου έχει προσφέρει η άρση βαρών;**

«Με έχει βοηθήσει στη σωματική και ψυχική μου υγεία. Με έχει δυναμώσει. Ως άτομο με αναπηρία υπάρχουν κάποιοι μύες που δυσλειτουργούν και το συγκεκριμένο άθλημα μας βοηθά να τους δυναμώσουμε και να μπορούμε να ανταπεξέλθουμε στην καθημερινότητα μας. Επιπλέον, μου προσφέρει ευχαρίστηση και υγεία».

**Τι δυσκολίες έχεις αντιμετωπίσει ως προς την εκτέλεση του αθλήματος;**

«Προσωπικά δεν έχω αντιμετωπίσει πολλές δυσκολίες κι αν υπάρχουν βρίσκω τον τρόπο να τις αντιμετωπίζω. Βέβαια, είναι καλό να γνωρίζουμε ότι η εκγύμναση για τα άτομα με αναπηρία είναι πιο δύσκολη σε σύγκριση με τα άτομα χωρίς αναπηρία. Οι ώρες είναι περισσότερες, όπως και η διαμόρφωση στον τρόπο που χρησιμοποιούνται κάποια μηχανήματα. Αλλάζει το πρόγραμμα και ο ρυθμός εκγύμνασης».

**Τι θα ήθελες να βελτιώσεις σε εσένα αγωνιστικά;**

«Θα ήθελα να ανεβάσω τα κιλά. Θέλω κάθε φορά να γίνομαι καλύτερη από πριν».





# «Θα σταματήσουμε να ζούμε; - Έμαθα την αναπηρία μου και έκανα νέα όνειρα»

Στα 16 σου ένα ατύχημα έβαλε νέα δεδομένα στη ζωή σου. Πώς το διαχειρίστηκες;

## Προτείνουμε

μου χρόνια και το αποτέλεσμα αυτού ήταν η ολική αναπηρία στα κάτω άκρα. Ήταν αρκετά δύσκολο να κατανοήσω ότι δεν θα περπατήσω ξανά και ότι δεν θα μπορέσω να κάνω τα αθλήματα που έκανα. Ήθελα χρόνο να το διαχειριστώ. Όμως, τα άτομα που είχα δίπλα μου με στήριξαν πολύ και με βοήθησαν να καταλάβω ότι πρέπει να συνεχίσω τη ζωή μου. Σκέφτηκα ότι ο άνθρωπος πρέπει να εξελίσσεται. Προβλήματα υπάρχουν πολλά και μπορεί να μας χτυπήσουν την πόρτα ανά πάσα στιγμή. Τι σημαίνει αυτό; Θα σταματήσουμε να ζούμε; Δεν χρειάζεται να παρατήσουμε τη ζωή αλλά με θέληση και υπομονή μπορούμε να βρούμε τρόπους να τα ξεπεράσουμε. Πρέπει να πηδάμε τα εμπόδια και να προσαρμοζόμαστε στα νέα δεδομένα για τη δολοφονία του...

πριν 9 λεπτά

Πόσο άλλαξε η καθημερινότητα σου;

Νέα θύλακα φόρα άλλαξε από... Απλά σκέψου ότι τη μια στιγμή, ήμουν μια αθλήτρια που έτρεχε συνεχώς και έκανε ακροβατικά και την άλλη, έπρεπε να μάθω να διαχειρίζομαι ένα παράρτημα πεζού... ήταν δύσκολο αλλά όχι ακατόρθωτο. Έμαθα την αναπηρία μου και έκανα νέα όνειρα με βάση αυτή». **Νεκρός 44χρονος...**

Είναι ικανοποιημένη με τις εγκαταστάσεις και τους χώρους που υπάρχουν για τα άτομα με αναπηρία;

«Σίγουρα υπάρχουν περιθώρια βελτίωσης. Για παράδειγμα, υπάρχουν θέσεις στάθμευσης για τα άτομα με αναπηρία αλλά πηγαίνει ο καθένας και παρκάρει. Δεν υπάρχουν χώροι υγιεινής σε αρκετά μαγαζιά για τα άτομα με αναπηρία, δεν υπάρχει πρόσβαση και ράμπες, επομένως δεν είναι παντού εύκολη η μετακίνηση. Φυσικά, έχουν γίνει πολλές αλλαγές αλλά ακόμη δεν μπορώ να περπατήσω στο σπίτι και θα πάω με ευκολία και μόνη μου στο περίπτερο. Δεν υπάρχουν ράμπες σε όλους τους δρόμους και τα πεζοδρόμια, οπότε αναγκαστικά πρέπει να περπατάς από έναν πεζο. Με στεναχωρεί είναι η αλήθεια όλη αυτή η κατάσταση γιατί θα μπορούσε η ζωή μου να είναι πιο εύκολη. Θα ήθελα να μπορώ να πάω για καφέ μόνη μου ή να μη χρειάζεται να πάρω τηλέφωνο σε ένα μαγαζί για να ρωτήσω αν υπάρχει προσβασιμότητα για να πάω. Δεν είμαι απόλυτα ανεξάρτητη».

Ποια η στάση της οικογένειάς σου;

«Χωρίς την οικογένεια μου δεν θα ήμουν αυτό που είμαι σήμερα. Με στηρίζουν σε μεγάλο βαθμό και είναι δίπλα μου σε κάθε επιλογή μου».

Εκτός της άρσης βαρών, με τι ασχολείσαι;

«Είμαι καθηγήτρια πληροφορικής στη Μέση Εκπαίδευση και φροντίζω να γεμίζω την καθημερινότητα μου με τέτοιο τρόπο ώστε να βοηθώ και άλλα άτομα. Ο ρόλος μου, πλέον, είναι να πηγαίνω σε όλες τις σχολικές μονάδες και να ενημερώνω τα παιδιά για τον αθλητισμό, την οδική ασφάλεια και την αναπηρία. Με αυτόν τον τρόπο θέλω να τα βοηθήσω να έχουν κάποια υγιή πρότυπα και να ξέρουν ότι μπορούν να διεκδικήσουν κάθε στόχο όποια και αν είναι η συνθήκη. Επίσης, συμμετέχω σε διάφορες φιλανθρωπικές εκδηλώσεις, σε Erasmus project και είμαι μέλος σε μη κερδοσκοπικούς οργανισμούς που βοηθάμε ανθρώπους που έχουν ανάγκη».

Είσαι αρκετά δραστήρια και δοκιμάζεις σε αρκετούς τομείς. Πιστεύεις ότι είναι έτοιμη η κοινωνία να δεχθεί τα άτομα με αναπηρία;

«Τα τελευταία χρόνια έχουν αλλάξει τα δεδομένα. Τα άτομα με αναπηρία είναι πιο κοινωνικά και προσπαθούν να ενταχθούν στην κοινωνία. Υπάρχουν, όμως, κάποια στερεότυπα ακόμη και στον αθλητισμό. Στην Κύπρο υπάρχει διαφορά ανάμεσα στους Ολυμπιονίκες και στους Παραολυμπιονίκες. Τα άτομα με αναπηρία έχουν μειονέκτημα. Κάτι που δεν ισχύει στις άλλες χώρες αφού αντιμετωπίζονται ισότιμα. Όταν το κράτος δε σε αναγνωρίζει ως ισότιμο μέλος, τι περιμένεις από την κοινωνία; Ας μη ξεχνάμε ότι όλοι είμαστε εν δυνάμει άτομα με αναπηρία. Μεγαλώνοντας μπορεί να χρειαστούμε ένα μπαστούνι. Γιατί, λοιπόν, να είναι διαφορετικά αυτά τα άτομα; Το ζητούμενο είναι τα άτομα με αναπηρία να γίνουν πιο κοινωνικά και να ενσωματωθούν μέσα στην κοινωνία».



## Γνωρίζοντας καλύτερα τη Μαρία

**Πρότυπο:** «Το άθλημα της άρσης βαρών το έμαθα από τον Πύρρο Δήμα. Ήταν ο λόγος που από μικρή ηλικία θέλησα να μάθω το συγκεκριμένο άθλημα. Διέπρεπε συνεχώς και έγινα ένα ένα από τα πρότυπα μου. Έχουμε συναντηθεί κάποιες φορές και τον ρώτησα πώς κατάφερε να φτάσει στην κατάκτηση των χρυσών μεταλλίων. Θαυμάζω, επίσης, τα άτομα εκείνα που βάζουν στόχους και προσπαθούν να τους πετύχουν ξεπερνώντας κάθε εμπόδιο»

**Απόρρητο** **Φαγητό:** «Μου αρέσουν πολλά, έχω ιδιαίτερη αδυναμία στο κρέας»

**Αγαπημένο τραγούδι:** «Μου αρέσει το «Ελπίδα» του Αργυρού»

**Αγαπημένη σειρά/ταινία:** «Προτιμώ να βλέπω ταινίες δράσης και ρομαντικές»

**Αγαπημένο χρώμα:** «Μαύρο»

**Κατοικίδιο:** «Έχω ένα σκύλο και δύο γάτες»

## Προτείνουμε

**Τατουάζ:** «Έχω πολλά τατουάζ στην πλάτη και στα χέρια μου. Το καθετί που έχω επιλέξει, έχει ιδιαίτερη σημασία για εμένα. Έχω σχεδιάσει κάτι για την αναπηρία, τα σύμβολα των Παραολυμπιακών και Ολυμπιακών Αγώνων, μια κουκουβάγια, μια λύκαινα και ένα μεγάλο concert της Μέριλιν Μονρόε. Τη θαυμάζω πολύ γιατί ήταν μια γυναίκα δυναμική, ακολούθησε το

**Θεσσαλονίκη: Σήμερα η εισαγγελική πρόταση για τη δολοφονία του...**

**Πριν 9 λεπτά**

**Ελεύθερος Χρόνος:** «Δεν αφήνω αρκετά χρόνο για να ξεκουράζομαι, μου αρέσει να συμμετέχω σε διάφορες δραστηριότητες και να βοηθώ τους άλλους»

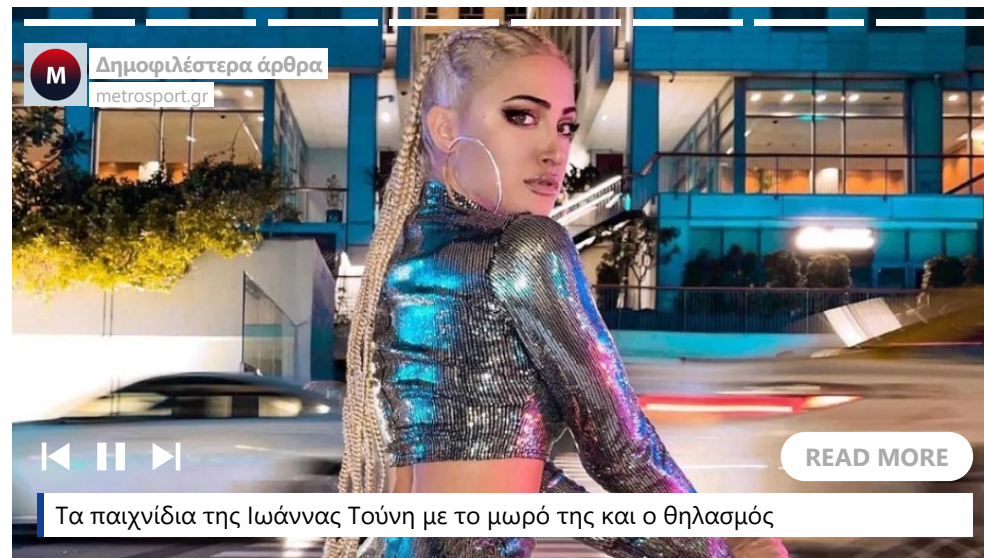
**Νέα θανατηφόρα παράσυρση πεζού - Νεκρός 44χρονος - Ακολουθήστε τη σελίδα του metrosport.gr και στο google news**

**Πριν 21 λεπτά**

[Κάντε like στη σελίδα μας στο facebook](#)

**Δυσανεστημένη πελάτισσα πέταξε χειροβομβίδα σε...**

**Πριν 33 λεπτά**



## Περισσότερα Video

Λανούς - Ατλέτικο Τουκουμάν | Με αδιανόητο κεραυνό ο Κορονέλ το 0-1!



## Διαβάστε σχετικά

- [Δείπνο με θέα που κόβει την ανάσα!](#)
- [Piraeus Street Long Jump: Ατομικό για Σαρλάνη - Άκυρη η Καρύδη](#)
- [Στα 5.57 ο Καραλής στο μίτινγκ του Χόρζοφ](#)
- [Μίτινγκ Λεμεσού: Άλμα στα 8,26μ. ο Τεντόγλου, ισοφάρισε το πανελλήνιο ρεκόρ η Εμμανουηλίδου](#)